ХОДЬБА

No	Фамилия	с перекрёстной		на носках	приставные	по наклонной	«змейкой»	по дорожке со
п/п	Имя	координацией	подниманием		шаги прямо и в		между	«следиками»
		рук и ног	коленей		стороны	вниз)	предметов	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

БЕГ

№ π/π	Фамилия Имя	с перекрёстной координацией рук и ног	«змейкой» между предметами	быстрый бег 10-20 м	медленный бег 50-60 сек.	с остановкой	с ловлей и увёртыванием	со сменой направления
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПРЫЖКИ

No	Фамилия	на двух ногах	на двух ногах с	вокруг	прыжки с	вверх с	через линию,	в длину через
Π/Π	Имя	на месте	продвижением	предметов и	высоты	доставанием	шнур,	две линии, с
			вперёд	между ними		предмета	предметы	места
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПОЛЗАНИЕ

№	Фамилия	на	на четверень-	подлезание	пролезание в	лазание по	по	по наклонной
Π/Π	Имя	четвереньках	ках между	под верёвку,	обруч, прямо и	гимнастичес-	гимнастичес-	доске
		по прямой	предметами	дугу	боком	кой стенке	кой скамейке	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
∠0								

МЕТАНИЕ

№ π/π	Фамилия Имя	катание мяча по прямой, между предметами	ловля мяча, брошенного взрослым	бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	на дальность правой и левой рукой	в горизонталь- ную цель снизу, от груди	в вертикаль- ную цель сверху правой и левой рукой	катать и ловить обруч
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

РАВНОВЕСИЕ

п/п Имя по прямой, извилистой дорожке доске, гпимнастической скамейке перещагиванием предметов носках на месте «ласточка» доске наклонной доске во предметов 1 2 3 4 5 5 6 7 7 8 9 10 11 12 13 14 14 14 15 15 15 15 16 17 10 </th <th>округ себя</th>	округ себя
дорожке кой скамейке 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 11 12 13 14 15 16	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	
3 4 5 6 7 8 9	
3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	
4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	
5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	
6 7 8 9 10 11 12 13 13 14 15 16	
7 8 9 10 11 12 13 14 15 16	
8 9 10 10 11 12 13 14 15 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16 16	
9 10 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
10 11 11 12 13 14 15 16	
11 12 13 14 15 16	
12 13 14 15 16	
13	
14 15 16	
15 16	
16	
18	
19	
20	
21	
22	
23	
24	
25	
26	-

ХОДЬБА

№ п/п	Фамилия Имя	на носках, на пятках, на внешней стороне стопы	с высоким подниманием коленей	приставным шагом в сторону, вперёд, назад	мелким и широким шагом	приставляя пятку к носку	с мешочком на голове	с закрытыми глазами
1		Сторонс стопы		вперед, назад				
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

БЕГ

№ п/п	Фамилия Имя	с высоким подниманием	мелким и широким	«змейкой», между	с ловлей и увёртыванием	челночный бег 3×10 м.	в быстром темпе	в медленном темпе
		колен	шагом	предметами			30 м.	1-1,5 мин.
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПРЫЖКИ

№ π/π	Фамилия Имя	с продвижен- ием вперёд, с поворотом вправо, влево	ноги врозь – ноги вместе; одна - вперёд, другая - назад	ноги на ногу; на левой и правой ноге поочерёдно	с высоты	через предметы	в длину	прямой галоп
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПОЛЗАНИЕ

№ п/п	Фамилия Имя	на четвереньках	на высоких четвереньках	по наклонной доске	подлезание правым и	на животе по гимнастиче-	лазание по гимнастичес-	перелезание с пролёта на
		между предметами	«змейкой»		левым боком	ской скамейке	кой стенке	пролёт
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

МЕТАНИЕ

$N_{\underline{0}}$	Фамилия		бросание мяча		отбивание		метание	
Π/Π	Имя	через шнур	друг другу	вверх, об пол и	мяча двумя	на дальность	В	В
		из-за головы,	снизу, из-за	ловля двумя	руками, правой		вертикальную	горизонтальную
		одной рукой	головы	руками	и левой рукой		цель	цель
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

РАВНОВЕСИЕ

$N_{\underline{0}}$	Фамилия	после бега	ходьба по гим	настической скам	ейке, по шнуру	перешагивание	ходьба и бег	кружение в обе
п/п	Имя	принять определённую стойку на кубе	перешагивая предметы	приставным шагом	с мешочком на голове	через барьерчики	по наклонной лестнице	стороны (руки на поясе)
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ОСВОЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ СТАРШАЯ ГРУППА N_2 20 - 20 УЧЕБНЫЙ ГОД

ХОДЬБА

№	Фамилия	перекатом с	с высоким	приставным	в полуприседе,	с гимнастичес-	с мешочком на	с закрытыми
Π/Π	Имя	пятки на носок	подниманием	шагом вправо-	в приседе	кой палкой под	голове	глазами
			колена	влево, вперёд-		мышками и за		
				назад		плечами		
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
20								

БЕГ

№ π/π	Фамилия Имя	с высоким подниманием колен	мелким и широким шагом	по наклонной доске вверх и вниз	с ловлей и увёртыванием, наперегонки	челночный бег 3×10 м.	в быстром темпе 30, 60 м.	в медленном темпе 1,5-2 мин.
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПРЫЖКИ

№ п/п	Фамилия Имя	на двух ногах с продвижен- ием вперёд, с поворотом вправо, влево	подскоками на месте, с поворотом кругом, с продвижением вперёд	на левой и правой ноге с продвижением вперёд	боковой галоп	в высоту через предметы прямо и боком	в длину с места, с разбега	прыжки через скакалку
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПОЛЗАНИЕ

№	Фамилия	ползание на	ползание по	переползание	пролезание в	влезание по	лазание по	лазание по
Π/Π	Имя	четвереньках,	скамейке на	через скамейку	обруч прямо и	наклонной	гимнастичес-	гимн. стенке
		толкая головой	животе, на	и подползание	боком, сверху	доске,	кой стенке	со спусканием
		мяч, прямо и	коленях подтя-	под ней	и снизу	спускание по	чередующимся	по наклонной
		«змейкой»	гиваясь руками			гимн. стенке	шагом	доске
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
20								

МЕТАНИЕ

	пе	реб	расн	ыван					км :			отб	бива	ание	e	за	бра	сыва	аниє	2														
	И	е мя	іча с	низу	<i>'</i> ,	вве	epx,	об	ПОЈ	ΙИ	M	яча	на	мес	те			яча і			на	дал	ьно	сть			В	}				В		
	И	13 3a	а гол	ювы,	,	Л	овл	я ді	вум	Я	И	сп	род	киа	ke-	бас	скет	бол	ьнун	Ю]	вер	тика	ЛЬН	ую	ГС	риз	онта	альн	ую
	(от г	руді	и, из		py	кам	и, с	одн	ой	I	ние	м ві	терё	ŻД		кој	эзин	ıy							•	це.				-	цел		
				И.П.			p	уко	й					-			-		•								,							
1																																		
2																																		
3																																		
4																																		
5																																		
6																																		
7																																		
8																																		
9																																		
10																																		
11																																		
12																																		
13																																		
14																																		
15																																		
16																																		
17																																		
18																																		
19																																		
20																																		
21																																		
22																																		
23																																		
24																								\perp	┸									
25																																		
26																																		

РАВНОВЕСИЕ

№	Фамилия	стойка на		ходьба по гимнаст	гической скамейке		бег по	ходить и де-
Π/Π	Имя	одной ноге, на	перешагивая	раскладывая и	с мешочком на	с поворотом	наклонной	лать «ласточ-
		носках на	предметы	собирая	голове	вокруг себя	доске вверх и	ку» на узкой
		скамейке	_	предметы			вниз	рейке скамейке
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ХОДЬБА

№	Фамилия	Гимнастичес-	спиной вперёд	выпадами	в полуприседе,	крестным	с мешочком на	с закрытыми
Π/Π	Имя	ким шагом			в приседе	шагом	голове	глазами
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

БЕГ

No	Фамилия	с высоким	с захлёстом	с прямыми	со скакалкой, с	челночный бег	в быстром	в медленном
Π/Π	Имя	подниманием	голени назад	ногами	ведением мяча	3×10 м.	темпе	темпе
		колен					30, 60 м.	2 – 3 мин.
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПРЫЖКИ

№ п/п	Фамилия Имя	вверх их глубокого приседа на месте и с прод-	с прод - жением вперёд с зажатым между ног	на левой и правой ноге с продвижением вперёд	боковые прыжки на месте и с прод-вижением	в высоту через предметы прямо и боком	в длину с места, с разбега	прыжки через скакалку
		вижением	предметом					
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

ПОЛЗАНИЕ

№ п/п	Фамилия Имя	перелезание через препятствия	ползание по скамейке на животе, на спине	на полу — по пластунски	лазание по канату	лазание по верёвочной лестнице	лазание по гимн.стенке чередующимся шагом (одноимённым и разноимённым способом)	лазание по гимн. стенке вверх, спуск по диагонали
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

МЕТАНИЕ

	пере	передача мяча ведение мяча в						заб	расы	вание							N	етан	ие							
	дру	г другу в	3]	разн	ЫΧ			мяча			из ра	зных	I	на да	альн	ость			В				В	3	
		ижении,		нап	равл	ени	ЯХ	басі	кетбо	льную		исхо	дных					E	ерти	ікал	ьнун	o	горі	изонт	гальну	νю
	чер	ез сетку]	корзі	ину	Ι	копо	кений							целі	Ь			це.	ЛЬ	
1																										
2																										
3																										
4																										
5																										
6																										
7																										
8																										
9																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										
19																										
20																										
21																										
22																										
23																										
24																										
25																										
26																										

РАВНОВЕСИЕ

№	Фамилия	стойка на	2	кодьба по гимнаст	тической скамейке)	балансировать	после бега,
Π/Π	Имя	одной ноге, на	перепрыгивая	приседая на	с мешочком на	с поворотом	на набивном	прыжков,
		носках с	палку	одной, пронося	голове, на	вокруг себя, с	мяче	кружения
		закрытыми		другую сбоку	спине	приседанием		делать
		глазами						«ласточку»
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

Табель посещаемости за	анятий по	о физичес:	кой культуре
	20	20	учебный год
			_ группа №

№ п/п	Фамилия Имя															
11/11	11(1)1														\Box	
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																
21																
22																
23																
24																
25 26																
26																

Условные обозначения: присутствовал на занятии щадящий режим (после болезни) индивидуальная работа

*